ИСХРАНА НА ДОЕНЧИЊАТА И МАЛИТЕ ДЕЦА

Димитровска Марија,Зисовска Елизабета

Глобалната стратегија за исхрана на доенчињата и малите деца е креирана како водич за акција, а се базира на насобрани докази за значењето на првите месеци и години од животот во растот и развојот на децата.

Целите на оваа стратегија се да се подобри исхраната на доенчињата и малите деца, а со тоа и да се унапреди нивниот нутритивен статус, растот, развојот и преживувањето.

Главните насоки се:

- *Промоција на соодветна исхрана за доенчињата и малите деца*
  - Доењето и мајчиното млеко се единствен начин на обезбедување идеална храна за здрав раст и развој.
  - Покрај тоа што е природен процес, тоа е и искуство кое се создава и пренесува
  - Обезбедување оптимално породилно отсуство
  - Правилна и навремена комплементарна исхрана после шестиот месец
  - Точна и соодветна информација на семејството
  - Советување на исхрана специфична на културата
  - Ефтина и соодветно преработена достапна храна (храната која е специфична за поднебјето најдобро се вари и искористува во организмот)
- *Подобрување на практиките на исхрана*

  Мајките, татковците и сите кои се вклучени во грижата и негата на децата треба да имаат достапни соодветни информации за правилните пракси на исхрана, далеку од комерцијалното влијание
- *Мајките треба да имаат пристап до соодветна практична помош при совладувањето на начините на исхрана*
- *На мајките треба да им се обезбедат услови за продолжување на доењето по враќање на работа*
- *Континуираното и клиничкото истражување во популацијата треба да бидат составен дел на напорите за подобрување на праксите на исхрана, кои се динамичен процес*

Во склоп на оваа Глобална стратегија за исхрана на доенчињата и малите деца се одвива и Иницијативата Болници пријателки на бебињата. Нејзината цел е промоција на соодветни пракси во исхраната на доенчињата и малите деца.

Главните препораки за исхраната на доенчињата и понатаму остануваат во функција, а тоа се:

- Ексклузивно доење првите 6 месеци
- Безбедна и соодветна комплементарна исхрана после шестиот месец
- Продолжување на доењето до 2 години па и повеќе
- Хранење во посебно тешки услови: малнутриција, ХИВ, ниска родилна тежина (задолжителна консултација со педијатар)